Estimado Cliente,

En Jocca nos esforzamos por la calidad y el compromiso con nuestros clientes, y le agradecemos su confianza en nuestros productos.

Aprovechamos esta ocasión para informarle que ante cualquier duda o reclamación puede contactar con nosotros en la dirección atencionalcliente@jocca.es (respuesta en 24 horas laborables).

Si, por el contrario, desea consultar alguna característica técnica o nuestra amplia gama de productos, visite la página web www.qualimail.es, donde le atenderemos con la calidad que nos caracteriza.

Una vez más, gracias por su confianza.









JOCCA SPORT

Ref. 6208

(ES) Manual de instrucciones
(EN) Instructions manual
(FR) Manuel d'instructions

Para cualquier consulta sobre este artículo contacte con nuestro Servicio de Atención al cliente

QUALIMAX INTERNATIONAL





Tel. 902 420 000

DESCRIPCIÓN/DESCRIPTION/DESCRIPTION

e

e1 x1

e2 x1

c

f1+f3+f5

a

g

d

f1+f3+f5

f2+f4+f5

b

f2+f4+f5

f

f1 x3

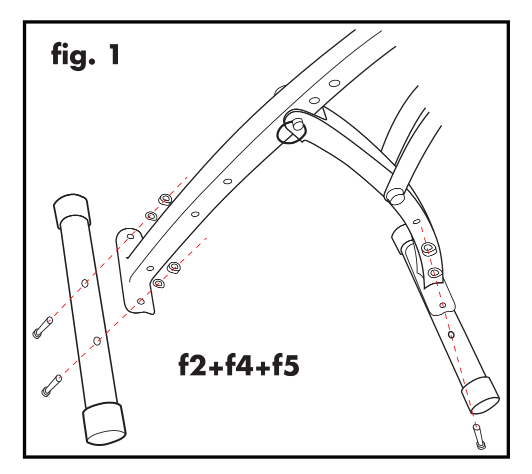
f2 x4

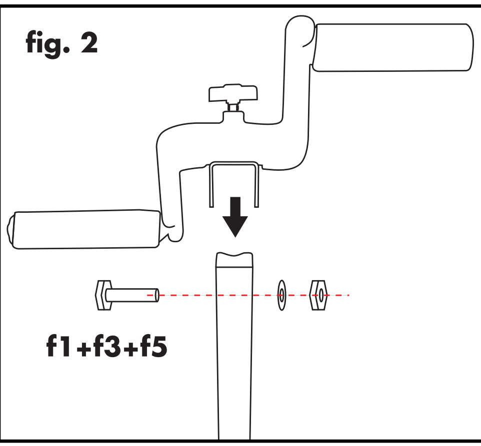
f3 x3

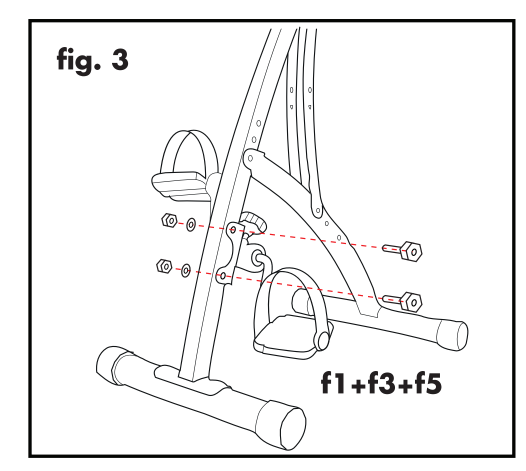
f4 x4

f5 x7

MONTAJE/ASSEMBLY/MONTAGE







PEDALEADOR DOBLE PLEGABLE

AGRADECIMIENTO DE COMPRA

JOCCA le agradece la confianza depositada en nuestros productos y estamos seguros de que quedará completamente satisfecho con cualquiera de éstos.

Para atender mejor todas sus dudas y necesidades, el servicio de atención al cliente de **JOCCA** queda a su plena disposición para solucionar cualquier consulta:

JOCCA
C/ Tarraca, nº12 (PlaZa)
50.197 Zaragoza
atencionalcliente@jocca.es

DESCRIPCIÓN DE PRODUCTO

a- Estructura principal
b- Patas
c- Manillar
d- Pedales
e- Herramientas
f- Piezas de fijación
g- Arandela de regulación de altura

ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD

-Estas instrucciones son muy importantes. Lea atentamente este manual de instrucciones antes de utilizar el aparato, y guárdelo para posteriores consultas.
-**JOCCA** no se responsabilizará de las posibles consecuencias derivadas de un uso inadecuado del producto, u otro uso que no estuviera descrito en este manual.
-Antes de utilizar el pedaleador por primera vez, desembale el producto y compruebe que está en perfecto estado. De no ser así, no utilice el aparato y diríjase a **JOCCA** ya que la garantía cubre cualquier daño de origen o defecto de fabricación.
-Éste producto sólo está indicado para un uso doméstico. No utilizar el aparato en la intemperie. No deje el aparato bajo la exposición de agentes climáticos como la lluvia, nieve, sol, etc. que puedan deteriorar su funcionamiento.
-Éste aparato pueden utilizarlo niños con edad de 8 años y superior y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, si se les ha dado la supervisión o instrucción apropiadas respecto al uso del aparato de una manera segura y comprenden los peligros que implica. Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento a realizar por el usuario no deben realizarlos los niños a menos que sean mayores de 8 años y estén bajo supervisión.
-Mantener el aparato fuera del alcance de los niños menores de 8 años.
-Los niños deben ser supervisados para asegurar que no juegan con el aparato.
-No sumerja el aparato, ni ninguna parte del aparato en agua u otro líquido.
-Este aparato está diseñado para pedalear sentado. No lo utilice de pie, ya que no tiene estabilidad para subirse encima. La capacidad máxima de peso es de 100 kg.
-La máquina sólo puede ser utilizada por una persona cada vez.
-Coloque la máquina sobre una superficie horizontal. Recuerde que para evitar averías debe usarla en lugares despejados.
-Recuerde que cuando use la máquina está haciendo ejercicio, por lo que debe utilizar ropa y calzado adecuados para ello. No utilice ropa que pueda engancharse y obstruir el mecanismo de la máquina.
-Si nota síntomas anormales, como mareos, náuseas, dolores en el pecho, etc. pare inmediatamente la sesión de entrenamiento y consulte a su médico.
-El uso de la máquina debe ser exclusivamente para lo que está concebida y siempre siguiendo las indicaciones de este manual.
-Para evitar posibles tirones o lesiones, antes de utilizar la máquina, haga siempre ejercicios de estiramiento para calentar los músculos apropiadamente.
-Las personas que llevan implantado un estimulador cardíaco, un desfibrilador o cualquier otro equipo electrónico, deben de consultar un médico antes de utilizar el pedaleador.
-Las mujeres embarazadas deben de consultar un médico antes de utilizar el pedaleador.
-Recuerde que no debe utilizar la máquina si su funcionamiento no es correcto.
-Utilice sólo los accesorios que están recomendados por el fabricante.

RECUERDE QUE LAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD DEBEN CONSULTAR A SU MÉDICO ANTES DE INICIAR UN PROGRAMA DE EJERCICIOS.

MONTAJE

1.Fije la base al cuerpo principal, uniendo ambas partes con dos tornillos (f2) dos arandelas curvas (f4) y dos tuercas (f5) en ambos agujeros. Haga esto con ambas patas. Ver figura 1.

2.Una el manillar de manos a la parte superior del cuerpo principal haciendo coincidir el agujero del manillar con el del cuerpo principal fijándolo con un

tornillo (f1) una arandela (f3) y una tuerca (f5). Ver figura 2.

3.Instale los pedales en los dos primeros agujeros que se encuentran encima de la base delantera de la pedaleadora. Colóquelos ubicando el utillaje hacia la parte interior del aparato. Fíjelos entre sí colocando un tornillo (f1) una arandela (f3) y una tuerca (f5) en sendos orificios. Ver figura 3.

MODO DE EMPLEO

-Antes de empezar el ejercicio, sitúe el aparato en el suelo en una superficie plana y ajuste la resistencia del pedaleo a la fuerza que desea realizar durante el ejercicio. Para tener una mayor resistencia, gire la ruleta hacia la derecha, y para realizar menos fuerza durante el ejercicio gire la ruleta hacia la izquierda.
-Para regular la altura e inclinación, retire la arandela de regulación de altura y suba o baje la estructura hasta el punto deseado.
-Siéntese en una superficie fija y estable, a una altura y distancia cómoda para colocar sin esfuerzo tanto pies como manos en sus respectivas manivelas. Tras esto, vuelva a colocar la arandela.
-Encaje los pies en los pedales de manera que éstos queden lo más seguros posible y comience el entrenamiento.

LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO

-Limpiar el aparato utilizando primero un paño ligeramente humedecido y luego un paño seco.
-Guarde el aparato en un lugar seco.
-Para guardar el pedaleador, retire la arandela de regulación de altura y pliegue la estructura.

DOUBLE EXERCISE BIKE FOLDABLE

PURCHASE ACKNOWLEDGEMENT

JOCCA thanks you for the trust placed in the purchase of our product and we are certain that you will always be satisfied with any of our products.
For better service of all your questions and needs, **JOCCA** customer service is at your disposal to solve any query:

atencionalcliente@jocca.es

PRODUCT DESCRIPTION

a- Main structure
b- Base feet
c- Handlebar
d- Pedals
e- Tools
f- Attachment pieces
g- Height adjustment ring pull

SAFETY WARNINGS

-These instructions are very important. Please read carefully the instructions manual before using the device and keep it for future doubts.
-**JOCCA** declines any responsibility for the improper use of the product, or any other use that is not described in this manual.
-Before using the product for the first time, unpack the product and check that it is in perfect conditions. If not, do not use the appliance and contact **JOCCA**, as the guarantee covers any damage from origin or manufacturing defects.
-This product is indicated for domestic use only. Do not use the device outdoors. Do not expose the device to climate agents like rain, snow, sun, etc. They are harmful for the operating conditions of the device.
-This appliance can be used by children of 8 and more years old as well as by disable people, people with reduced sensorial o mental capacities, people with lack of experience and knowledge, if the appropriate supervision and instruction of use was provided them in reliable way and they understand danger it entails. The cleaning and maintenance allow to be realized by the user, must not be realized by the children, only in case they are more than 8 years old and only under supervision.
-Keep the appliance and its cable out of reach of the children younger 8 years old.
-Children should be supervised to ensure they do not play with the device.
-Do not put the device or any part of it into water or other liquid.

-This device has been designed to pedal while you are seated. It is is not stable to stand up on it. The maximum user weight capacity of this bike is 100 kg.
-The machine cannot be used by more than one person at the same time.
-Place the device on a horizontal surface. Remember that in order to avoid damages, the device must be used in spacious places.
-Remember that when you are using the machine you are exercising. Therefore you should wear the proper clothes and footwear. Do not use clothes which may get caught or which may obstruct the device mechanism.
-If you notice abnormal symptoms such as sickness, pain in the chest, etc., immediately stop the training session and ask your doctor.
-The use of the device must be restricted to that for which it has been created and the indications of the manual must always be taken into account.
-In order to avoid possible pull of a muscle or injuries, before using the device, always do stretching exercises in order to warm up the muscles properly.
-People wearing a pacemaker, a defibrillator or any other implanted electronic device are advised to consult your doctor before using the equipment.
-Pregnant women are advised to consult your doctor before using the equipment.
-Remember that you must not use the device if it is not working properly.
-Use only the accessories recommended by the manufacturer.
REMEMBER THAT PEOPLE WITH HEALTH PROBLEMS MUST ASK THEIR DOCTORS BEFORE STARTING A PROGRAM OF EXERCISES.

ASSEMBLY

1.Attach base support to main product structure by joining both parts with 2 bolts (f2) 2 curved washer (f4) and 2 screws (f5) in both holes (figure 1).

2.Put the handlebar together with the top main structure by making their holes coincide and fixing them with 1 bolt (f1) 1 washer (f3) and 1 screw (f5) (figure 2).

3.Install the pedals in the first two holes that could be found above front mini exercise bike. Place them by putting the work tool into the inside of the device. Affix between them placing 1 bolt (f1) washer (f3) and 1 screw (f5) in both holes (figure 3).

INSTRUCTIONS FOR USE

-Before starting the exercise, place the device on a flat surface and adjust the pedaling resistance according to the strength desired for the exercise. In

order to obtain more resistance, turn the dial counterclockwise.
-Sit down on a stable and permanent surface, at a comfortable height and distance in order to place feet and hands on both handles without effort.
-In order to adjust the height and inclination, remove the height adjustment ring pull and move the main structure up and down until the desired point. After doing this, introduce the ring pull.
-Put feet in pedals in the safest way and start the training.

CLEANING AND STORAGE

-Clean the device using a wet cloth first and then with a dry cloth.
-Store the device in a dry place.
-To store the product, take out the height adjustment ring pull and fold the structure.

PÉDALIER DOUBLE PLIABLE

REMERCIEMENT D'ACHAT

JOCCA tient à vous remercier pour votre confiance en achetant nos produits. Nous sommes sûrs que vous serez satisfaits de votre achat.
Pour mieux vous servir notre service d'attention clientèle **JOCCA** est à votre disposition pour résoudre vos doutes, vos questions ou pour tout autre consultation:

atencionalcliente@jocca.es

DESCRIPTION DU PRODUIT

a- Structure principale
b- Pieds
c- Guidon
d- Pédales
e- Outil
f- Pièces de fixation
g- Rondelle de réglage de hauteur

CONSEILS DE SÉCURITÉ

-Ces instructions sont très importantes, lisez attentivement ce manuel avant d'utiliser l'appareil, et conservez-le pour de futures consultations.
-**JOCCA** ne sera pas responsable d'une utilisation inadéquate du produit, ou autre utilisation qui ne serait pas décrite dans ce manuel.
-Avant d'utiliser le produit pour la première fois, déballez le produit et vérifiez qu'il est en parfait état, si tel n'est pas le cas, n'utilisez pas l'appareil et dirigez-vous à **JOCCA** puisque la garantie.
couvre tous dommages origine ou défaut de fabrication.
-Ce produit est indiqué uniquement pour une utilisation domestique. Ne pas utiliser l'appareil par intempérie. Ne laissez pas l'appareil sous l'exposition d'agents climatiques comme la pluie, la neige, le soleil, etc. qui peuvent détériorer son bon état de marche.
-Cet appareil peut être utilisé par des enfants de 8 ans et plus et des personnes avec un handicap physique, sensoriel ou mental mais aussi par des personnes sans expérience ni connaissance du produit, à partir du moment où des instructions relatives au bon usage du produit leur ont été données et qu'ils comprennent les dangers liés à l'utilisation du produit. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. L'entretien et le nettoyage requis par l'appareil doit être réalisé par l'utilisateur et non par des enfants, à moins qu'ils aient plus de 8 ans ou que cette tâche soit faite sous la surveillance d'un adulte.

-Maintenir l'appareil et son câble hors de la portée des enfants de moins de 8 ans.
-Les enfants doivent être surveillés pour qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
-Ne submergez pas l'appareil, ni aucune partie de l'appareil dans l'eau ou dans un autre liquide.
-Cet appareil est conçu pour pédaler. Ne l'utilisez pas debout, puisa qu'il n'a pas la stabilité prévue pour cela. Poids maximum 100 kg.
-L'appareil peut seulement être utilisé par une personne à la fois.
-Placez l'appareil sur une surface horizontale. A noter que pour éviter des pannes éventuelles, vous devez utiliser la machine dans des endroits dégagés.
-A noter: Quand vous utilisez cet appareil, vous faites de l'exercice, par conséquent, vous devez utiliser des vêtements et des chaussures adéquats pour l'utilisation de cet appareil. N'utilisez pas de vêtement qui pouvant s'accrocher et obstruer le mécanisme de la machine.
-Si vous remarquer des symptômes anormaux, comme tournis, nausées, douleurs dans la poitrine... arrêtez immédiatement la session d'entraînements et consultez votre médecin.
-L'utilisation de la machine doit être celle qui est recommandée dans ce manuel, n'utilisez pas cet appareil à d'autres fins.
-Pour éviter de possibles tractions ou lésions, avant d'utiliser la machine, faites toujours des exercices d'étirements afin d'échauffer les muscles correctement.
-Les personnes qui ont un stimulateur cardiaque, qui utilisent un défibrillateur ou autre appareil électronique, doivent consulter un médecin avant d´utiliser le pédalier.
-Les femmes enceintes doivent consulter un médecin avant d´utiliser le pédalier.
-A noter que vous ne devez pas utiliser la machine si son fonctionnement n'est pas correct.
-Utilisez seulement les accessoires qui sont recommandés par le fabricant.
RAPPEL: LES PERSONNES AYANT DES PROBLÈMES DE SANTÉ DOIVENT CONSULTER LEUR MÉDECIN AVANT D'ENTAMER TOUT PROGRAMME D'EXERCICES.

MONTAGE

1.Fixez la base de la structure principale, en unissant les deux parties avec deux vises (f2), deux rondelles incurvés (f4) et deux écrous (f5) dans chacun des trous. Faites la même chose avec les pieds (fig. 1).

2.Mettez le guidon sur la partie supérieure de la structure principale afin que le trou du guidon coïncide à la structure principale et fixez-le avec une vise (f1), une rondelle (f3) et un écrou (f5) (fig 2).

3.Installez les pédales sur les deux premiers trous qui se trouvent sur la base avant du pédalier à l´intérieure de l´appareil. Ensuite fixez-le avec une vise (f1), une rondelle (f3) et un écrou (f5) (fig. 3).

MODE D'EMPLOI

-Avant de commencer l'exercice, placez l'appareil sur une surface plate, adaptée et résistante. Pour avoir une plus grande résistance à l'effort, tournez la roulette vers la droite, et pour effectuer moins de force pendant l'exercice tournez la roulette vers la gauche.
-Asseyez-vous sur une superficie fixe et stable, à une hauteur et distance suffisante pour installer sans effort les pieds et les mains sur leurs parties respectives.
-Pour régler la hauteur et l'inclinaison, retirez la rondelle de réglage et ajustez la structure vers le haut ou vers le bas à l'endroit voulu. Après cela, replacez la rondelle de réglage.
-Mettez les pieds sur les pédales de manière à ce qu´ils soient le plus stable possible et commencez l´entrainement.

PROPRETÉ ET STOCKAGE

-Nettoyez en utilisant tout d'abord un chiffon légèrement humide, puis avec un chiffon sec.
-Gardez l'appareil dans un endroit sûr.
-Pour ranger le pédalier, retirez la rondelle de réglage et pliez la structure.